



ANDRAZKOEN KONTRAKO INDARKERIAREN AURREAN EZ ZAGOZ BAKARRIK

BERMEOKO BALIABIDE GIDA



ANDRAZKOEN KONTRAKO INDARKERIA JASAN DOZU EDO JASATEN ZAGOZ, BALDIN ETA...

- Zure bikote edo bikote ohiarengandik indarkeria jasaten ari bazara edo jasan badozu. Indarkeria ez da bakarrik fisikoa edo sexuala, be bai da...
- **Kontrolatzea:** behin eta berriro deitzen badeutsu, denbora guztian azalpenak eskatzen badeutsuz, dirua edota janzkera kontrolatzen badeutsuz...
- **Alboratzea:** familiako kideengandik urruntzea, zuk lagunak izatea gustuko ez izatea, besteen aurrean oihukatzea, denbora osoan gutxiestea...
- **Beldurtzea:** xantaia egiten badeutsu, iraindu, umilatu edota mehatxatu egiten bazaitu...
- Zure familiako gizonezko batengandik indarkeria fisiko, psikologiko edo sexuala jasotzen badozu edo jaso badozu.
- Sexu askatasunaren kontrako delituen biktima bazara edo izan bazara (sexu-eraso, sexu-abusu, sexu-jazarpena...).

ZER EGIN ANDRAZKOEN KONTRAKO INDARKERIA SUFRITZEN BADOZU EDO HORREN SUSMOA BADAUKAZU?

Hori aurre egiteko baliabide ezberdinak daukazuz, ZEUK ERABAKI behar dozu nora jo, baina jakizu EZ ZAGOZALA BAKARRIK.

- Arriskuan bazagoz:

ZERBITZUA	ORDUTEGIA	TELEFONOA
Larrialdiak	24 orduz 365 egunetan	112
Bermeoko Udaltzaingoa		94 617 91 11 092

- Lesio fisiko edo psikikoren bat edo horren susmoa badaukazu, joan zaitetz edo jar zaitetz harremanetan:

ZERBITZUA	ORDUTEGIA	TELEFONOA
Bermeoko Osasun Zentroa	24 orduz 365 egunetan	94 602 90 50
Galdakaoko Ospitalea	24 orduz 365 egunetan	94 400 70 00
Osakidetzako Larrialdiak	24 orduz 365 egunetan	94 410 00 00

- Egoerari aurre egiteko laguntza, aholkularitza edo informazioa behar badozu Gizarte Ongizaterako Udal Sailera hurbildu edo deitu:

ZERBITZUA	ORDUTEGIA	TELEFONOA
Gizarte Ongizaterako Udal Saila	astelehenetik barikura 9:00 – 14:00	94 617 91 60

- Gizarte Larrialdietarako Zerbitzua. Bizkaiko Foru Aldundia

ZERBITZUA	ORDUTEGIA	TELEFONOA
Genero-indarkeria edo familia arteko indarkeria sufritzen badozu edo sufritzen dauan pertsonaren bat ezagutzen badozu jarri harremanetan	24 orduz 365 egunetan	944 02 50 50

- Telefono Zerbitzu Espezializatua (SATEVI)

ZERBITZUA	ORDUTEGIA	TELEFONOA
Zerbitzu honetan entzun egingo zaituzte, aholkuak emango deutsuez eta dituzun eskubide eta baliabideei buruz informazioa eskainiko deutsue	24 orduz, 365 egunez, doakoa, anonimoa eta konfidentziala	900 840 111

- Biktimari Laguntzeko Zerbitzua. Eusko Jaurlaritza

ZERBITZUA	ORDUTEGIA	TELEFONOA
Beharrezko informazioa eta laguntza psikologiko, juridiko eta gizarte laguntza emango deutsue. Doakoa eta konfidentziala.	astelehenetik-barikura 9:00-14:00 asteartea-osteguna 16:00-18:30 uztaila eta abuztua 9:00-14:30	900 400 028

EZ ZAGOZ BAKARRIK!





ANTE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES NO ESTÁS SOLA

GUÍA DE RECURSOS DE BERMEO



HAS SUFRIDO O ESTAS SUFRIENDO VIOLENCIA SI...

- Sufres o has sufrido violencia por parte de tu pareja o ex pareja. Esta violencia no solo se ejerce de forma física o sexual, violencia también es ...
 - **El control.** Te esta llamando cada momento, te pide explicaciones todo el tiempo, te controla el dinero o la forma de vestir...
 - **El aislamiento.** No quiere que veas a tu familia, no le gusta que tengas amistades, te grita, te menosprecia...
 - **La intimidación.** Te amenaza, te insulta, te humilla, te chantajea...
- Padesces o has padecido violencia física, psicológica o sexual por parte de algún hombre de tu familia.
- Eres o has sido victima de algún delito contra la libertad sexual: agresión sexual, abuso sexual...

¿QUE PUEDES HACER SI ESTAS SUFRIENDO VIOLENCIA O LOS SOSPECHAS?

Tienes a tu disposición diferentes recursos, TU DECIDES, NO ESTÁS SOLA.

- En caso de peligro:

SERVICIO	HORARIO	TELÉFONO
Emergencias		112
Policía municipal de Bermeo	24 horas 365 días	94 617 91 11 092

- Si presentas o sospechas de alguna lesión física o psíquica acude o ponte en contacto con:

SERVICIO	HORARIO	TELÉFONO
Centro de Salud de Bermeo	24 horas 365 días	94 602 90 50
Hospital de Galdakao	24 horas 365 días	94 400 70 00
Emergencias Osakidetza	24 horas 365 días	94 410 00 00

- Si necesitas ayuda, asesoramiento o información para hacer frente a la situación acude o llama al Departamento Municipal de Bienestar Social:

SERVICIO	HORARIO	TELÉFONO
Departamento Municipal de Bienestar Social	de lunes a viernes 9:00-14:00	94 617 91 60

- Servicio de Urgencias Sociales. Diputación Foral de Bizkaia

SERVICIO	HORARIO	TELÉFONO
Si sufres violencia de género o violencia interfamiliar o conoces a alguna persona que la sufre, ponte en contacto.	24 horas 365 días	944 02 50 50

- Atención Telefónica Especializada (SATEVI)

SERVICIO	HORARIO	TELÉFONO
En este servicio te escucharán, te asesorarán y te informarán sobre todos los derechos y servicios a tu disposición.	24 horas 365 días, gratuito, anónimo y confidencial	900 840 111

- Servicio de Asistencia a la Víctima (SAV). Gobierno Vasco

SERVICIO	HORARIO	TELÉFONO
Te ofrecerá la información y asistencia social, jurídica y psicológica que precisés. Gratuito y confidencial.	de lunes a viernes 9:00-14:00 martes y jueves 16:00-18:30 julio y agosto 9:00-14:30	900 400 028

¡NO ESTÁS SOLA!

